INSTITUT
DE LA STATISTIQUE
DU QUÉBEC

www.stat.gouv.qc.ca

Zoom santé

Avril 2017 | Numéro 61

Qui sont les consommateurs réguliers de boissons sucrées ?

Hélène Camirand et Katrina Joubert[1]

Les boissons sucrées, telles que les boissons gazeuses, les jus à saveur de fruits, les boissons pour sportifs et les boissons énergisantes, font partie du paysage alimentaire au Québec comme ailleurs. Leur consommation excessive est associée au diabète, aux maladies cardiovasculaires et à la carie dentaire[2, 3, 4, 5]. Il a également été démontré que la consommation de boissons sucrées contribue à l'augmentation du taux d'obésité dans la population[6, 7]. La plupart des études, dont certaines ont porté sur l'influence de la malbouffe et de l'activité physique[8], montrent en effet une association entre la consommation de boissons sucrées et le gain de poids. Par ailleurs, d'autres études suggèrent que le gain de poids dépend davantage de l'équilibre entre les apports et les dépenses énergétiques, et que l'effet de la prise de boissons sucrées peut être contrecarré par les autres aliments et l'activité physique[9]. Cela dit, ces boissons sont non seulement pauvres en nutriments et procurent un faible sentiment de satiété, mais elles ont une teneur élevée en sucre : une portion moyenne de boisson gazeuse contient l'équivalent de dix cuillères à thé de sucre. Or, selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), l'apport de sucres libres devrait être réduit à moins de 10 % de l'apport énergétique total, voire à moins de 5 % pour retirer des bénéfices additionnels pour la santé (soit 25 grammes ou 6 cuillères à thé, par jour)[10]. Au Canada, la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC approuve les recommandations de l'OMS, tandis que le *Guide alimentaire canadien* suggère pour sa part de limiter la consommation des boissons sucrées et de les traiter comme des aliments d'exception[11, 12].

1. Les auteures tiennent à remercier Ghyslaine Neill, Patricia Caris et Monique Bordeleau pour leurs commentaires.

2. V. S. MALIK, et autres (2010), "Sugar-Sweetened Beverages and Risk of Metabolic Syndrome and Type 2 Diabetes: A Meta-Analysis", *Diabetes Care*, vol. 33, nº 11, p. 2477-2483.

3. L. R. VARTANIAN, et autres (2007), "Effects of Soft Drinks Consumption on Nutrition and Health: A Systematic Review and Meta-Analysis", *American Journal of Public Health*, vol. 97, nº 4, p. 667-675.

4. P. J. MOYNIHAN, et S. A. KELLY (2014), "Effect on Caries of Restricting Sugars Intake: Systematic Review to Inform WHO Guidelines", *Journal of Dental Research*, vol. 93, nº 1, p. 8-18.

5. A. SHEIHAM, et W. P. JAMES (2014), "A New Understanding of the Relationship Between Sugars, Dental Caries and Fluoride Use: Implications for Limits on Sugars Consumption", *Public Health Nutrition*, vol. 17, nº 10, p. 2176-2184.

6. S. BASU, et autres (2013), "Relationship of Soft Drink Consumption to Global Overweight, Obesity, and Diabetes: A Cross-National Analysis of 75 Countries", *American Journal of Public Health*, vol. 103, nº 11, p. 2071-2077.

7. S. H. BABEY, et autres (2009), "Bubbling over: Soda Consumption and Its Link to Obesity in California", *Health Policy Research Brief*, [En ligne]. [eprints.cdlib.org/uc/item/1f33h5cj] (Consulté le 24 janvier 2017).

8. M. BES-RASTROLLO, et autres (2006), "Predictors of Weight Gain in a Mediterranean Cohort: the Seguimiento Universidad de Navarra Study 1", *The American Journal of Clinical Nutrition*, vol. 83, nº 2, p. 362-370.

9. P. R. TRUMBO, et C. R. RIVERS (2014), "Systematic Review of the Evidence for an Association Between Sugar-Sweetened Beverage Consumption and Risk of Obesity", *Nutrition Reviews*, vol. 72, nº 9, p. 566-574.

10. ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (OMS) (2015), *Note d'information sur l'apport de sucres recommandé pour les adultes et les enfants dans la directive de l'OMS*, Genève, Éditions de l'OMS, 6 p., [En ligne]. [www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugar_intake_information_note_fr.pdf] (Consulté le 21 mars 2017).

11. FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC DU CANADA (2017), *Qu'est-ce que le sucre ?*, [En ligne]. [www.coeuretavc.ca/vivez-sainement/saine-alimentation/edulro-le-sucre] (Consulté le 21 mars 2017).

12. SANTÉ CANADA (2007), *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien : Ressource à l'intention des éducateurs et communicateurs*, [En ligne]. [www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/educ-comm/ressource-resource-fra.php] (Consulté le 24 janvier 2017).

À propos de l'enquête

L'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015 est menée par l'Institut de la statistique du Québec à la demande du ministère de la Santé et des Services sociaux. Il s'agit d'une enquête transversale qui vise à recueillir des renseignements sur les habitudes de vie, l'état de santé physique et mentale, et certains déterminants de la santé de la population âgée de 15 ans et plus vivant en ménage privé. En 2014-2015, 45 760 personnes provenant de 17 régions sociosanitaires ont participé à l'enquête.

Mesure de la consommation des boissons sucrées dans l'EQSP

Les données présentées s'appuient sur la fréquence de consommation habituelle de quatre types de boissons sucrées, soit les boissons gazeuses, les boissons à saveur de fruits, celles pour sportifs et les boissons énergisantes. Pour chacune de ces boissons, les choix de réponse sont : « jamais », « rarement », « 2 ou 3 fois par mois », « 1 fois par semaine », « 2 à 6 fois par semaine », « 1 fois par jour » et « 2 fois ou plus par jour ».

Limites des données

Certains éléments, tels que la quantité de boissons sucrées consommée ou la consommation d'autres boissons contenant du sucre, par exemple, le jus de fruits purs, le lait au chocolat, le thé ou le café sucrés, n'ont pas été mesurés dans l'EQSP. Soulignons également que l'enquête ne fait pas la distinction entre les boissons sucrées originales et *diètes*.

Les boissons sucrées consommées avec excès ont des effets défavorables sur la santé. L'influence de la consommation des versions réduites en sucre, *diètes* ou légères, de ces boissons est toutefois moins claire. Bien que sans sucre, elles ne constituent pas pour autant un choix sain puisqu'elles conservent les mêmes lacunes que les versions originales, soit de n'apporter aucun nutriment ni aucune sensation de satiété. Ainsi, les personnes consommant des boissons *diètes* auraient tendance à manger et à boire davantage, car elles atteignent un faible sentiment de satiété, tout en entretenant leur appétit pour les aliments au goût sucré. En plus, ces boissons joueraient un rôle dans la résistance à l'insuline[13]. Selon certaines études, des recherches supplémentaires seraient nécessaires afin d'aborder le lien avec le syndrome métabolique[14, 15].

Malgré la tendance à la baisse des achats de boissons gazeuses et de boissons aux fruits au cours des dernières années au Québec[16], la consommation de boissons sucrées demeure relativement répandue. En effet, selon le récent rapport de *L'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015* (EQSP), un cinquième de la population âgée de 15 ans et plus consomme quotidiennement au moins une boisson sucrée[17].

La consommation des boissons sucrées, comme l'alimentation en général, se fonde sur des choix individuels, mais plusieurs caractéristiques démographiques et socioéconomiques sont associées à la consommation de ces produits[18, 19]. L'accessibilité et la disponibilité des boissons sucrées, ainsi que les normes sociales en la matière peuvent également contribuer à la popularité de ces boissons[20]. Les données récentes de l'EQSP (voir l'encadré) permettent d'en connaître davantage sur la consommation de boissons sucrées des Québécois de 15 ans et plus. L'objectif de cet article est de documenter les facteurs associés au profil de consommation d'un ou plusieurs types de boissons sucrées, et de mieux caractériser les consommateurs réguliers.

13. S. N. BLEICH, et autres (2014), "Diet-Beverage Consumption and Caloric Intake Among US Adults, Overall and by Body Weight", *American Journal of Public Health*, vol. 104, n° 3, p. e72-e78.

14. M. A. PEREIRA (2014), "Sugar Sweetened and Artificially Sweetened Beverages in Relation to Obesity Risk", *Advances in Nutrition*, vol. 5, p. 797-808.

15. G. CRICHTON, A. ALKERWI et M. ELIAS (2015), "Diet Soft Drink Consumption is Associated with the Metabolic Syndrome: A Two Sample Comparison", *Nutrients*, vol. 7, n° 5, p. 3569-3586.

16. L. PLAMONDON, et autres (2016), *L'achat de boissons non alcoolisées en supermarchés et magasins à grande surface au Québec*, [Québec], Direction du développement des individus et des communautés, Institut national de santé publique Québec, 218 p.

17. H. CAMIRAND, I. TRAORÉ et J. BAULNE (2016), « Consommation de boissons sucrées et énergisantes », dans *L'Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015 : pour en savoir plus sur la santé des Québécois. Résultats de la deuxième édition*, Québec, Institut de la statistique du Québec, p. 53-59.

18. C. D. REHM, et autres (2008), "Demographic and Behavioral Factors Associated with Daily Sugar-Sweetened Soda Consumption in New York City Adults", *Journal of Urban Health*, vol. 85, n° 3, p. 375-385.

19. S. LORD, et autres (2015), "Lower Socioeconomic Status, Adiposity and Negative Health Behaviours in Youth: A Cross-Sectional Observational Study", *BMJ Open*, vol. 5, n° 5, 6 p.

20. G. BARIL, et M.-C. PAQUETTE (2012), *Les normes sociales et l'alimentation : Analyse des écrits scientifiques*, [En ligne]. [www.inspq.qc.ca/pdf/publications/1486_NormesSocialesAliment_AnalyseEcritsScient.pdf] (Consulté le 2 février 2017).

DÉFINITION DES VARIABLES DE CROISEMENT

Indice de défavorisation matérielle et sociale : indice multidimensionnel qui permet d'assigner à un individu une information socioéconomique basée sur le milieu de vie local[21]. L'information est tirée d'indicateurs concernant la population de 15 ans et plus : proportion des personnes sans diplôme d'études secondaires, ratio emploi/population, revenu moyen, proportion des personnes vivant seules, proportion des personnes séparées, divorcées ou veuves et proportion des familles monoparentales. Cet indice reflète ainsi des privations sur le plan matériel et une fragilité du réseau social. La population est répartie en quintiles de « très favorisé » à « très défavorisé ».

Mesure de faible revenu : indicateur qui se calcule à partir du revenu du ménage et du nombre de personnes vivant dans le ménage. Il divise les ménages en deux catégories : les ménages à faible revenu (sous le seuil de faible revenu) et les autres ménages (dont le revenu est égal ou supérieur au seuil de faible revenu)[22].

Niveau d'activité physique : indicateur qui tient compte des deux domaines d'activité retenus dans l'enquête : le loisir et le transport. Le premier porte principalement sur la pratique globale d'activités durant les temps libres, qu'elles soient sportives, de conditionnement physique ou de plein air, et le second, sur les modes de déplacement actif, comme la marche, la bicyclette ou tout autre moyen actif, utilisés pour se rendre au travail, à l'école ou à un autre endroit. Le niveau d'activité physique est basé sur la fréquence, la durée et l'intensité de l'activité pratiquée[23] au cours des quatre dernières semaines. L'indicateur du niveau d'activité physique combine l'activité physique de loisir et celle de transport, et se divise en quatre catégories : actif, moyennement actif, peu actif et sédentaire.

Statut pondéral : indicateur qui fait référence à l'indice de masse corporelle considéré, dans les enquêtes populationnelles, comme une mesure appropriée pour déterminer l'excès de poids. Il est obtenu en divisant le poids exprimé en kilogrammes par la taille en mètres élevée au carré. Les résultats sont regroupés en quatre catégories, soit : poids insuffisant, poids normal, embonpoint et obésité.

Zone de résidence : déterminée par le nombre d'habitants dans la zone géographique, divisée en deux catégories : la zone rurale, qui comprend les petites villes et le milieu rural (moins de 10 000 habitants), et la zone urbaine, qui compte les autres agglomérations (10 000 habitants ou plus).

CONSOMMATION DE BOISSONS SUCRÉES SELON LE TYPE

Pour mieux comprendre qui sont les consommateurs de boissons sucrées, le profil de consommation pour chacun des types est établi selon deux catégories, soit la consommation occasionnelle et la consommation régulière (voir encadré). À travers une analyse descriptive, ces profils sont mis en lien avec certaines caractéristiques sociodémographiques des Québécois afin de dresser un portrait plus détaillé des consommateurs selon le type de boissons.

PROFIL DE CONSOMMATION POUR CHACUN DES TYPES DE BOISSONS SUCRÉES

Consommation occasionnelle : personne ayant consommé un type de boissons sucrées « 2 ou 3 fois par mois » ou « 1 fois par semaine ».

Consommation régulière : personne ayant consommé un type de boissons sucrées de « 2 à 6 fois par semaine », « 1 fois par jour » ou « 2 fois ou plus par jour ».

21. R. PAMPALON, D. HAMEL et P. GAMACHE (2009), « Une comparaison de données socioéconomiques individuelles et géographiques pour la surveillance des inégalités sociales de santé au Canada », *Rapports sur la santé*, vol. 20, n° 4, Ottawa, Statistique Canada, 12 p.

22. Pour plus de détails sur cet indicateur, consulter le site de Statistique Canada : www.statcan.gc.ca/pub/75f0002m/2012002/fim-mfr-fra.htm.

23. B. NOLIN (2016), *Indice d'activité physique : document technique. Enquête québécoise sur la santé de la population 2014-2015*, Québec, Institut national de santé publique du Québec, 15 p.

Les boissons gazeuses

La consommation de boissons gazeuses est nettement plus répandue chez les hommes que chez les femmes

Près de la moitié de la population québécoise de 15 ans et plus consomme habituellement des boissons gazeuses. Cette proportion se divise presque également entre la consommation occasionnelle et régulière (24 % et 26 %, respectivement). Les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à en boire à l'occasion (25 % c. 22 %), mais sont encore plus sujets à une consommation régulière (33 % c. 19 %) (figure 1).

La consommation régulière de boissons gazeuses est plus populaire auprès des personnes de 45 à 64 ans

Le profil de consommation de boissons gazeuses varie également selon l'âge. Les Québécois âgés de 45 à 64 ans sont, en proportion, les plus grands buveurs réguliers de boissons gazeuses (28 %), alors que les plus jeunes (15-17 ans) en sont les plus grands consommateurs occasionnels (35 %) (figure 1). La consommation occasionnelle de ce type de boissons tend à être moins élevée chez les plus âgés, tandis que l'inverse est observé pour la consommation régulière.

Outre le sexe et l'âge, d'autres caractéristiques sociodémographiques sont aussi associées à la consommation de boissons gazeuses. La proportion de consommateurs réguliers diminue à mesure que le niveau de scolarité augmente. Elle est de 34 % chez les personnes ayant atteint un niveau inférieur au diplôme d'études secondaires (DES), 31 % chez celles ayant obtenu un DES, 24 % chez les diplômés d'études collégiales et 16 % chez les diplômés d'études universitaires. Par ailleurs, les personnes vivant dans un ménage à faible revenu en consomment davantage de manière régulière (28 % c. 25 %) (données non illustrées).

Les boissons à saveur de fruits

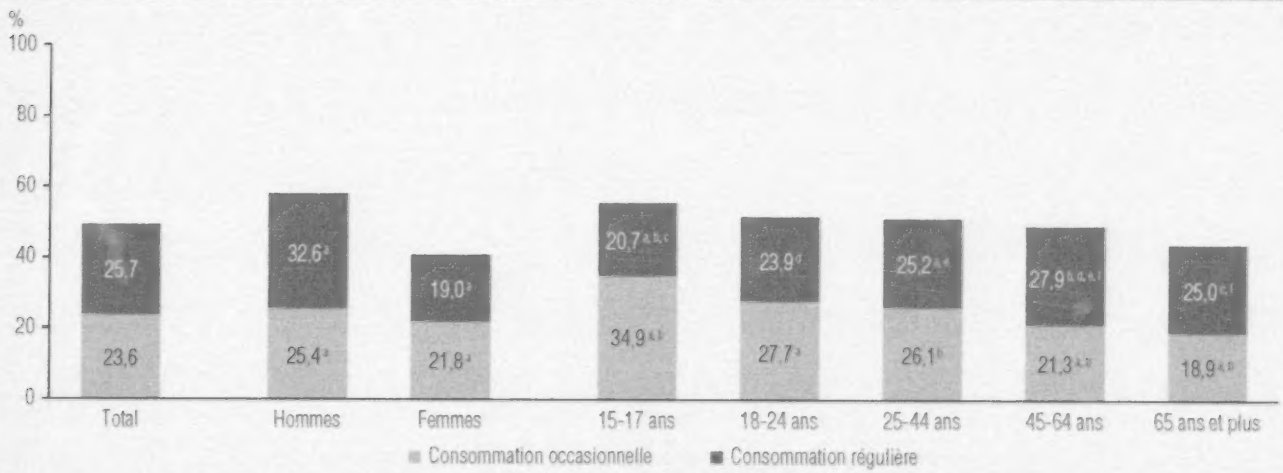
Près de quatre jeunes de 15 à 17 ans sur dix consomment des boissons à saveur de fruits sur une base régulière

Même si elle est très répandue chez les jeunes de 15 à 24 ans, la consommation de boissons à saveur de fruits n'est pas aussi populaire, dans l'ensemble de la population, que celle de boissons gazeuses. La consommation de ce type de boissons concerne un peu plus de un Québécois sur quatre. Les amateurs de boissons à saveur de fruits se répartissent également entre ceux qui en consomment à l'occasion (13 %) et ceux qui en boivent régulièrement (14 %) (figure 2).

Tout comme pour les boissons gazeuses, les hommes sont proportionnellement plus nombreux que les femmes à consommer des boissons à saveur de fruits, et la différence est particulièrement marquée en ce qui concerne la consommation régulière (19 % c. 10 %). Qu'elle soit occasionnelle ou régulière, la consommation de boissons à saveur de fruits est plus élevée chez les plus jeunes et diminue d'un groupe d'âge à l'autre. En effet, près de trois jeunes de 15 à 17 ans sur dix en consomment occasionnellement, alors que quatre sur dix en consomment régulièrement (figure 2).

Comme il a été observé pour les boissons gazeuses, la consommation régulière de boissons à saveur de fruits diminue continuellement avec l'augmentation du niveau de scolarité. En effet, cette consommation concerne 21 % des Québécois ayant un niveau de scolarité inférieur au DES, 17 % de ceux ayant obtenu un DES, 14 %, un diplôme d'études collégiales et 8 %, un diplôme universitaire. En ce qui a trait à la variation selon le revenu, les personnes vivant dans un ménage à faible revenu

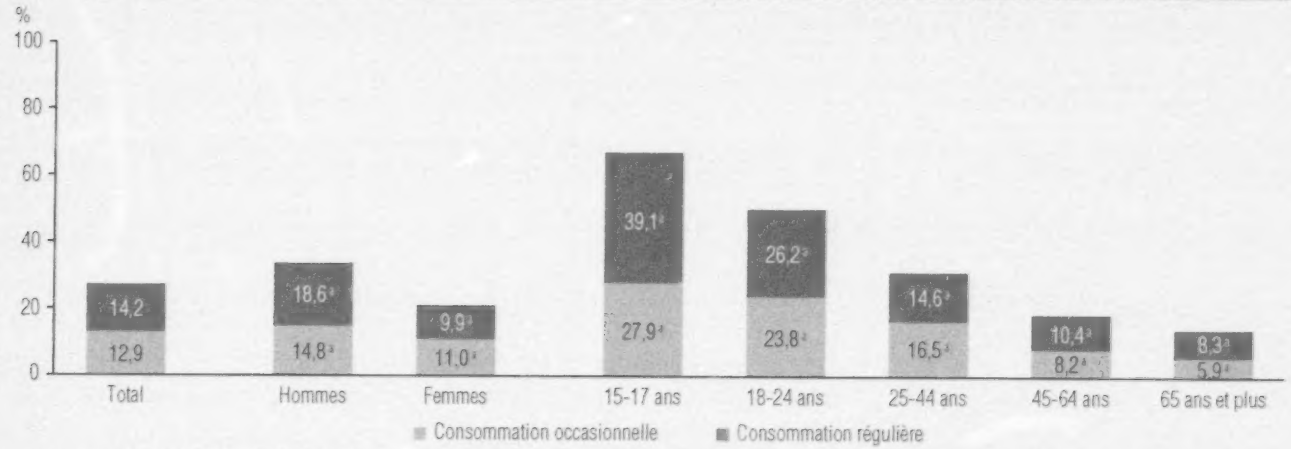
Figure 1
Consommation de boissons gazeuses selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015



a, b, c, d, e, f : Pour une catégorie de consommation donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les sexes et les groupes d'âge au seuil 0,01.
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015*.

Figure 2

Consommation de boissons à saveur de fruits selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015



a : Pour une catégorie de consommation donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les sexes et les groupes d'âge au seuil 0,01.
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.*

sont plus susceptibles de consommer de manière régulière des boissons à saveur de fruits que les autres (18 % c. 13 %) (données non illustrées).

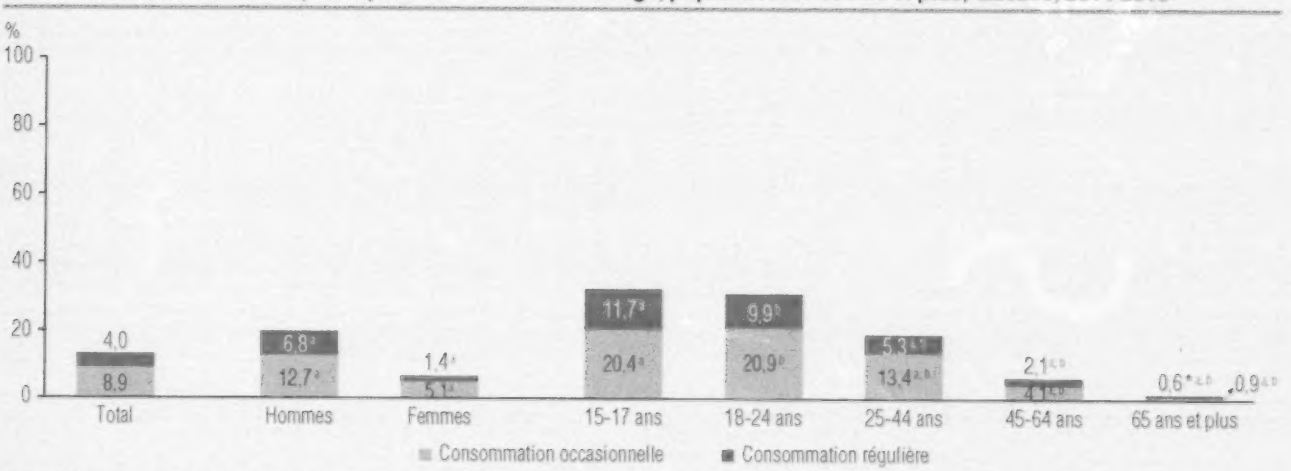
Les boissons pour sportifs

Plus de trois jeunes âgés de 15 à 24 ans sur dix consomment des boissons pour sportifs

Les résultats montrent que la consommation de boissons pour sportifs arrive au troisième rang parmi les boissons sucrées dans la population de 15 ans et plus. La consommation occasionnelle de boissons pour sportifs concerne 9 % d'entre eux, et la consommation régulière, 4 %. Au même titre que pour les autres boissons sucrées, les hommes ont une plus grande propension à consommer occasionnellement (13 % c. 5 %) et régulièrement (7 % c. 1,4 %) des boissons dites sportives. Quant à la variation selon l'âge, elle est semblable à celle observée à propos de la consommation (tant occasionnelle que régulière) de boissons à saveur de fruits et tend à diminuer d'un groupe d'âge à l'autre. Ce type de boissons est nettement plus populaire chez les moins de 25 ans. En effet, ils sont près de deux sur dix à en consommer de façon occasionnelle et environ un sur dix, de façon régulière (figure 3).

Figure 3

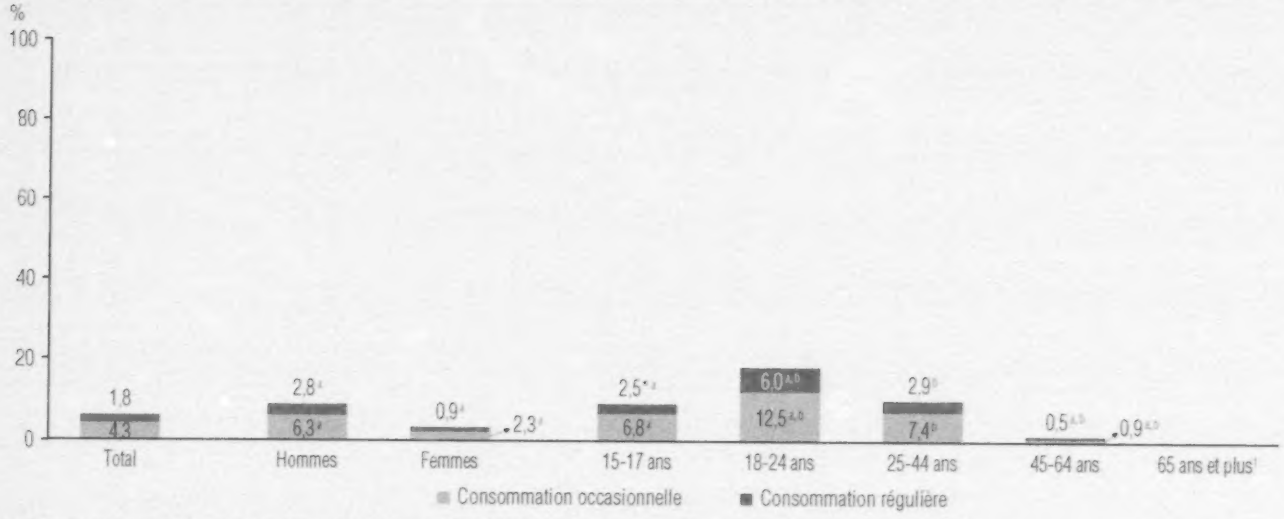
Consommation de boissons pour sportifs selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015



* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.
a, b : Pour une catégorie de consommation donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les sexes et les groupes d'âge au seuil 0,01.
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.*

Figure 4

Consommation de boissons énergisantes selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015



* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

** Coefficient de variation entre 25 % et 33 % ; estimation imprécise, fournie à titre indicatif seulement.

a, b : Pour une catégorie de consommation donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les sexes et les groupes d'âge au seuil 0,01.

1. Données infirmes pour ce groupe d'âge.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.*

Les boissons énergisantes

Bien que moins populaire chez les Québécois, la consommation de boissons énergisantes touche près de un jeune adulte sur cinq âgé de 18 à 24 ans

La consommation de boissons énergisantes est moins répandue que les autres types de boissons sucrées dans la population (la consommation occasionnelle étant de 4,3 % et de 1,8 % pour la consommation régulière). Ce type de boissons est plus populaire chez les hommes que chez les femmes, tant occasionnellement (6 % c. 2,3 %) que régulièrement (2,8 % c. 0,9 %) (figure 4). De plus, que ce soit à l'occasion ou de façon régulière, la consommation des boissons énergisantes est plus élevée chez les 18 à 24 ans (12 % et 6 %, respectivement).

CONSOMMATION CUMULÉE DE BOISSONS SUCRÉES

Bien que le profil de la consommation détaillée par type de boissons sucrées permette d'examiner les préférences de la population, la consommation cumulée de boissons sucrées raffine la mesure de la consommation. Avant de proposer un profil de consommation cumulée des quatre types de boissons sucrées selon la fréquence, notons qu'un Québécois sur quatre a l'habitude d'en consommer au moins deux types (tableau 1). Les jeunes de 15 à 17 ans sont proportionnellement plus nombreux à boire au moins deux types de boissons (plus de la moitié d'entre eux), et les proportions diminuent à mesure que l'âge augmente.

Le profil de consommation cumulée des boissons sucrées, selon la fréquence, permet de mettre l'accent sur la consommation régulière de boissons sucrées, et ce, en fonction des facteurs associés. Cette

Tableau 1

Consommation[1] d'au moins deux types de boissons sucrées selon l'âge, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015

	%
Total	**24,8**
Âge	
15-17 ans	54,6[a]
18-24 ans	48,3[a]
25-44 ans	32,2[a]
45-64 ans	15,9[a]
65 ans et plus	8,8[a]

a : Le même exposant exprime une différence significative entre les groupes d'âge au seuil 0,01.

1. Occasionnelle ou régulière.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.*

PROFIL DE CONSOMMATION CUMULÉE DE BOISSONS SUCRÉES

La consommation cumulée de boissons sucrées permet d'établir un profil selon la fréquence de consommation des quatre types de boissons sucrées mesurés dans l'enquête.

Une personne consomme de façon **occasionnelle** si elle ne consomme qu'un type de boissons sucrées « 2 ou 3 fois par mois » ou « 1 fois par semaine », ou la combinaison de deux types de boissons, chacun à une fréquence de « 2 ou 3 fois par mois ».

Une personne se classe dans la catégorie de consommation **régulière** si elle consomme :

- un seul type de boissons sucrées régulièrement (soit au moins de « 2 à 6 fois par semaine ») ;
- deux types de boissons dont une à une fréquence minimale de « 2 ou 3 fois par mois » et l'autre au moins « 1 fois par semaine » ;
- trois ou quatre types de boissons sucrées au moins « 2 ou 3 fois par mois ».

dernière peut non seulement s'établir par la consommation régulière d'un seul type de boissons, mais également par le fait de boire « à l'occasion » plus d'un type.

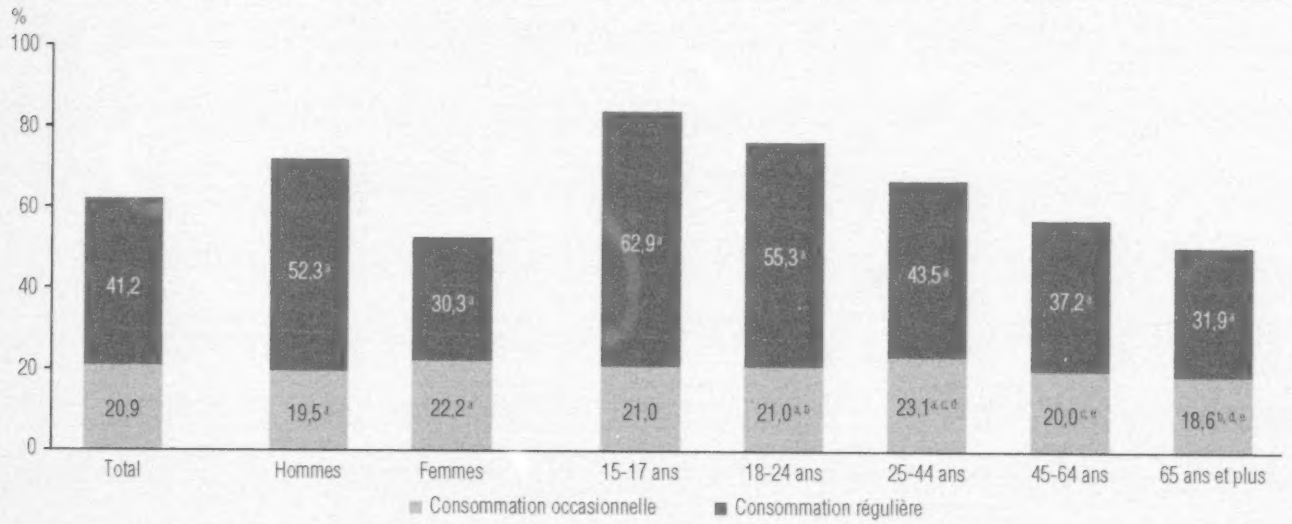
La consommation cumulée de boissons sucrées touche plus de huit jeunes de 15 à 17 ans sur dix

Toute fréquence considérée, 62 % des Québécois de 15 ans et plus consomment des boissons sucrées. Si 21 % en consomment à l'occasion, il n'en demeure pas moins que la consommation régulière de ces boissons concerne 41 % de la population. La consommation occasionnelle de boissons sucrées présente peu de variations selon le sexe et l'âge, mais la consommation régulière montre des écarts marqués.

Comme il a été observé pour chacun des types de boissons sucrées, la consommation régulière est davantage une habitude chez les hommes que chez les femmes. La consommation cumulée révèle que plus de la moitié d'entre eux boivent ces boissons de manière régulière (52 % c. 30 % chez les femmes) (figure 5). La consommation régulière cumulée présente également des différences significatives selon l'âge. En effet, 63 % des jeunes de 15 à 17 ans consomment régulièrement des boissons sucrées, et cette proportion diminue nettement chez les plus âgés, atteignant 32 % chez les 65 ans et plus (figure 5).

À part le sexe et l'âge, plusieurs caractéristiques sociodémographiques, de même que certaines habitudes de vie et caractéristiques liées à l'état de santé, teintent le portrait des consommateurs réguliers de boissons sucrées. Le portrait des consommateurs occasionnels varie peu selon ces caractéristiques et n'est pas présenté.

Figure 5
Consommation cumulée de boissons sucrées selon le sexe et l'âge, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015



a, b, c, d, e : Pour une catégorie de consommation donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les sexes et les groupes d'âge au seuil 0,01.
Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.*

La consommation cumulée régulière est plus répandue chez les personnes ayant un niveau de scolarité inférieur au DES (52 %), puis diminue pour les niveaux supérieurs : 47 % de celles ayant obtenu un DES, 41 %, un diplôme d'études collégiales et 28 %, un diplôme universitaire. Elle est aussi plus répandue chez les personnes vivant dans un ménage à faible revenu (46 % c. 40 %) ainsi que chez celles dont l'indice de défavorisation matérielle et sociale se situe parmi le quintile le plus défavorisé (45 %). À l'inverse, les personnes très favorisées sur le plan matériel et social présentent la plus faible proportion de consommation régulière de boissons sucrées (38 %). Les personnes nées au Canada sont également, en proportion, plus nombreuses à consommer régulièrement des boissons sucrées, comparativement à celles nées à l'étranger (43 % c. 32 %). Des différences sont observées selon la zone de résidence : 46 % des Québécois vivant en milieu rural sont des consommateurs réguliers, comparativement à 40 % pour ceux vivant en milieu urbain (tableau 2).

La consommation régulière de boissons sucrées touche plus de la moitié des fumeurs réguliers

Outre les principales caractéristiques sociodémographiques, la consommation cumulée des types de boissons sucrées varie également selon certaines habitudes de vie et caractéristiques liées à l'état de santé. La consommation régulière de boissons sucrées est plus répandue chez les personnes sédentaires (47 %), les fumeurs réguliers et occasionnels (57 % et 49 %), ainsi que chez les personnes qualifiant comme passables ou mauvaises leur santé en général (46 %) et leur santé buccodentaire (49 %) (tableau 2).

Enfin, les résultats montrent une association entre la consommation de boissons sucrées et le statut pondéral. Les personnes classées dans la catégorie « obésité » présentent la plus forte proportion de consommateurs réguliers (49 %), alors que celles ayant un poids normal en consomment proportionnellement le moins (tableau 2).

Tableau 2

Consommation cumulée régulière de boissons sucrées selon certaines caractéristiques sociodémographiques, habitudes de vie et caractéristiques liées à l'état de santé, population de 15 ans et plus, Québec, 2014-2015

	%
Caractéristiques sociodémographiques	
Niveau de scolarité	
Niveau inférieur au DES	51,6[a]
Diplôme d'études secondaires (DES)	47,1[a]
Diplôme d'études collégiales	41,3[a]
Diplôme d'études universitaires	28,3[a]
Mesure de faible revenu	
Ménages à faible revenu	46,1[a]
Autres ménages	39,6[a]
Indice de défavorisation matérielle et sociale	
5 - Très défavorisé	44,9[a,b,c,d]
4	42,5[a,e]
3	40,9[b,f]
2	40,9[c,g]
1 - Très favorisé	37,9[d,e,f,g]
Pays de naissance	
Canada	42,7[a]
Autres	32,4[a]
Zone de résidence	
Rurale	46,4[a]
Urbaine	40,0[a]
Habitudes de vie	
Niveau d'activité physique	
Actif	39,0[a]
Moyennement actif	37,1[b,c]
Un peu actif	40,7[b,d]
Sédentaire	46,6[a,c,d]
Statut de fumeur de cigarette	
Non-fumeur	38,0[a]
Fumeur occasionnel	48,7[b]
Fumeur régulier	56,5[a]
Caractéristiques liées à l'état de santé	
Perception de la santé en général	
Excellente/très bonne	38,9[a]
Bonne	43,7[a]
Passable/mauvaise	45,9[a]
Perception de la santé buccodentaire	
Excellente/très bonne	37,2[a]
Bonne	45,0[a]
Passable/mauvaise	49,2[a]
Statut pondéral	
Poids insuffisant	42,3[a]
Poids normal	37,6[a,b]
Embonpoint	41,9[b]
Obésité	48,6[a,b]

a, b, c, d, e, f, g : Pour une variable donnée, le même exposant exprime une différence significative entre les proportions au seuil 0,01.

Source : Institut de la statistique du Québec, *Enquête québécoise sur la santé de la population, 2014-2015.*

CONCLUSION

L'étude du profil de consommation pour chacun des types de boissons sucrées montre des divergences selon quelques caractéristiques sociodémographiques. Les hommes sont plus enclins à consommer des boissons sucrées, occasionnellement ou régulièrement, peu importe le type. En ce qui concerne les boissons gazeuses, elles sont consommées par la moitié de la population québécoise. La consommation régulière de ce type de boissons fait surtout des adeptes chez les Québécois de 45 à 64 ans. Si ces derniers sont plus fidèles aux boissons gazeuses, 28 % d'entre eux en consomment de manière régulière, les plus jeunes consomment davantage les autres types de boissons. En effet, les boissons à saveur de fruits, consommées par près du quart de la population, sont nettement plus populaires auprès des jeunes de 15 à 17 ans (39 % en consomment de manière régulière). Les boissons pour sportifs sont pour leur part plus consommées par les 15-24 ans, alors que les boissons énergisantes le sont davantage dans le groupe des 18-24 ans.

L'analyse de la consommation cumulée de boissons sucrées offre, quant à elle, un portrait plus raffiné de la consommation. Elle montre notamment que 62 % de la population consomme des boissons sucrées et que cette consommation est régulière pour 41 % des Québécois. Les résultats de la consommation cumulée régulière varient également selon les caractéristiques sociodémographiques, les habitudes de vie et l'état de santé. Les différences sont toutefois moins marquées quant à la consommation cumulée occasionnelle.

À la lumière des résultats concernant la consommation cumulée, on constate que l'habitude de consommer des boissons sucrées de manière régulière est davantage adoptée par les hommes. Cette consommation est également plus répandue chez les jeunes âgés de 15 à 17 ans, et la proportion décroît avec l'âge, passant de 63 % à 32 % chez les 65 ans et plus. La consommation régulière est plus répandue chez les personnes moins scolarisées, celles vivant dans un ménage à faible revenu et celles plus défavorisées selon l'indice de défavorisation matérielle et sociale. D'autres facteurs liés aux habitudes de vie s'avèrent associés. En effet, les fumeurs réguliers et les personnes sédentaires consomment davantage de boissons sucrées.

Les analyses selon le profil de consommation cumulée ont permis de dégager des associations entre la consommation régulière de boissons sucrées et certaines caractéristiques liées à l'état de santé. Il appert que les personnes percevant comme passables ou mauvaises tant leur santé générale que buccodentaire sont proportionnellement plus nombreuses à consommer régulièrement ces boissons. Il est à noter que les personnes de poids normal sont proportionnellement moins nombreuses à en consommer sur une base régulière. Soulignons que la mesure utilisée ne traduit pas en tout point la consommation réelle, d'une part, car elle ne distingue pas les versions *diètes* ou originales consommées et, d'autre part, n'estime pas les quantités ingérées. Il est alors probable, puisque cela a été relevé dans d'autres enquêtes, que les personnes dont l'état de santé est moins favorable consomment régulièrement des boissons dans leur version *diète*[24].

Dans le contexte où plusieurs organisations du secteur de la santé réfléchissent à des options pour encadrer la consommation des boissons sucrées au Canada, un portrait plus détaillé des consommateurs peut éclairer certains enjeux liés au débat actuel. En ce sens, l'élaboration d'un indicateur de consommation cumulée selon la fréquence permet une meilleure connaissance du profil de consommation des boissons sucrées.

Somme toute, cette publication rend compte de divers facteurs liés à la fréquence de consommation des boissons sucrées. Les observations qui en découlent montrent que l'ampleur de ce comportement au sein de la population mérite d'être suivie dans les enquêtes.

24. A. C. SYLVETSKY, et autres (2017), "Consumption of Low-Calorie Sweeteners among Children and Adults in the United States", *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, vol. 117, nº 3, p. 441-448.

PARUS RÉCEMMENT DANS LA COLLECTION ZOOM SANTÉ...

n° 60	Consommer ou ne pas consommer du cannabis : regard sur le profil de consommation des Québécois	Novembre 2016
n° 59	Le travail rémunéré pendant les études et la santé mentale des jeunes : le nombre d'heures travaillées	Juin 2016
n° 58	Les besoins d'aide non comblés pour les activités de la vie quotidienne chez les personnes avec incapacité au Québec	Mai 2016
n° 57	Coup d'œil sur les soins et services à domicile reçus par les aînés au Québec en 2013-2014 – Série Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes	Mai 2016

À PARAÎTRE

La santé mentale des jeunes : certains consultent, d'autres pas. Qui sont-ils ?

La pratique régulière de l'activité physique chez les Québécois de 15 à 29 ans

Ce bulletin est réalisé par la Direction des statistiques de santé en vertu du Programme de mise en valeur des données d'enquêtes de l'Institut.

Ont collaboré à la réalisation : Kate Dupont, vérification des chiffres
Direction des statistiques de santé

Martine Germain, révision linguistique
Gabrielle Tardif, mise en page
Direction des communications

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives Canada
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
2e trimestre 2017
ISSN 1911-5539 (en ligne)

Pour plus de renseignements : Centre d'information et de documentation
Institut de la statistique du Québec
200, chemin Sainte-Foy, 3e étage
Québec (Québec) G1R 5T4

Téléphone : 418 691-2401
ou 1 800 463-4090 (sans frais d'appel au Canada et aux États-Unis)
Télécopieur : 418 643-4129
Courriel : contactsante@stat.gouv.qc.ca

© Gouvernement du Québec, Institut de la statistique du Québec, 2006

Toute reproduction autre qu'à des fins de consultation personnelle est interdite sans l'autorisation du gouvernement du Québec.
www.stat.gouv.qc.ca/droits_auteur.htm

Institut de la statistique Québec